



② 店頭や、窓口で

必要な書類を忘れる、記入もれやミスがある、
約束のダブルブッキング、日を間違える、
というおっちょこちょい。

こちらの説明に何度も同じ質問をされることや、
話の途中でぼんやりして聞いていないように見える、
混乱して涙ぐまれる、あるいは急に怒り出される
ということがあるかもしれません。

3本のかわいいさくらの季節が
ママの赤いチューリップ…??

ご注文いただいた
赤いチューリップ
3本になります。
おまちがえないですか？



ママ～！
このお花
かわいいよ
みてみてー

この季節は
さくらがとっても
きれいですよね
みにいきましょう！

赤いチューリップ
3本です。

ありがとう
ございます。



POINT

要点をしぼって短い文章で一つずつ
伝えてください。

話に集中しやすい環境であるのか、
気が散るものはないか、
周りの状況を確認してください。

また、メモを書いて、
それを見て確認しながら
やり取りをするのも良い方法です。

混乱されているときには、
落ち着かれるまでそっと見守りましょう。

HINT

言葉で説明されていることに集中できず、
周囲の音や他のことが気になる方や、
頭の中に次々とイメージが膨らんでしまい、
ある事柄を順序良く整理して言葉に
することが苦手な方がおられます。

考えが、あちこち飛んで
まとまらないこともあります。
一度にたくさんの事柄を話されると、
混乱してしまうことがあります。
泣いたり怒ったりされることがあるかも
しれませんが、多くはご本人が困っている
ことについて言葉にうまく紡げず、
感情を抑えきれないために起こることです。



POINT

特に重要な話をしたり、決定することがある際は、
その方のご家族や支援者にも同伴してもらうことで、
ご本人の負担が軽くなる場合もあります。



③ 学習や、アルバイトの中で



言葉で作業の指示を何度聞いても
同じ間違いを繰り返したり、
マニュアルがあっても
大事なポイントが抜け落ちていたり、
メモを取ったりすることが
苦手な人がいませんか？
本人は一生懸命であっても、
「何でこんなことでつまづくの？」
と周りからはやる気がないように
思われているかもしれません。

NEXT STEP!

困っている方へ声をかけてあげたいと思う一方で、どう対応すればいいのかわからずに素通りしてしまうことがあるかもしれません。お互いのことを知り合うきっかけがあれば、声かけのハードルは下がります。地域の催しや、近所のお店で顔を合わせることがあれば、ぜひ声をかけて地域のつながりを作ってください。発達障がいのある人の中には、地域での見守りや支援を受けている人もいます。その人のことをよく知っている支援者とあなたがつながることで、対応できることもあります。P.18 からの「地域の相談窓口」を活用してください。

HINT

いくつかの用事を頼まれても、
どちらを先にすべきか優先順位が付けられず、
順序立てて実行することが苦手な方がおられます。
また、マニュアルの読み飛ばしや
画数の多い漢字を書くこと、お釣りの計算、
二つのことを同時にする（例えば、話を聞きながら
メモを取る）ことが苦手かもしれません。

POINT

一番注目してほしいことに囲みをつけて強調したり、
写真や図などを駆使して視覚的な情報を追加する、
簡潔なメモを書いて順番を追っていくことで、
情報の流れをつかみやすくし、
理解を進めることができます。
携帯のメモ機能、計算機といった代替機能も活用しましょう。



1回目の東京オリンピックから2回目の東京オリンピックまでの半世紀の間に、私たちの暮らしは随分変わりました。

三種の神器（洗濯機、冷蔵庫、テレビ）が憧れだった時代は遠い昔……。お天気を気にしながら洗濯をすることや、生活用品を欠かさないように早めに準備することなどは全く必要なくなり、ご近所と助け合わなくても、暮らしていけるようになりました。

スーパーやコンビニでは言葉を交わさなくても欲しいものが手に入り、携帯電話やメール、SNSの普及で直接連絡が取れるようになれば、待ち合わせしたり伝言を伝える必要もなくなりました。

日々の暮らしが便利になると、人と人が助け合わなければならない場面が少なくなります。人は他の人と関わりながら少しずつ地域社会で暮らしていくすべを身に付けます。家族の数が少なくなり、親族やご近所とのおつきあいの機会がだんだんと少なくなる中で、人間関係が希薄になっています。

親しい人と、より密接に繋がることができるようになる一方で、つながる機会の少ない人、例えば『自分とはちょっと違う人』や『我が家とはちょっと違う家庭』を認めたり、許し合う心の容量を養う機会も持たなくなっているのではないのでしょうか？

「困っています。助けてください。」「あなたはそうなのね。それでもいいよね。」「ありがとう。」「よろしく。」「ごめんなさい。」当たり前な会話を耳にすることが減っているように思います。

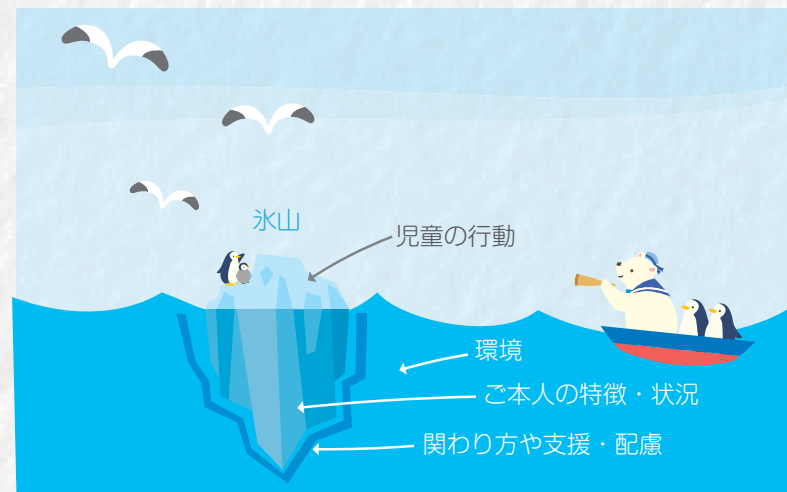
地域社会はさまざまな魅力を持った、「これまで出会わなかった誰か」が出会い、知り合い、認め合うことでお互いの良さを活かし、苦手を補い合って創られていくものです。色々な魅力=味を持った人間が集まることで、豊かな魅力を持った地域社会ができます。

『苦手』ばかりが際立ってしまい、『生きにくさ』ばかりを感じなくてはならない地域にならないように、みなさんのご理解と手助けが必要です。



冰山モデルで考えよう

発達障がいのある人の行動を理解する方法として、冰山モデルを使って考えることができます



水面上に現れているのが、日常生活で目に見える行動です

- ▶ これは、本人が身のまわりの環境に対応するためにしている行動です
氷山の下には大きな塊があります
- ▶ これは、それぞれの人が持っている特徴や、個性と考えることができます
まわりの海水にあたるところが環境です
- ▶ 海水（環境）が変化することで、氷山が上がったり下がったりします
氷山の水面下の部分を覆っているのが支援と考えます

つまり、発達障がいのある人の行動は、適切な支援によって変えることができます。家族や友人、近くに住んでいる人や地域で関わりをもつ様々な人がその人の特徴や個性を理解して接することで、戸惑いや生きにくさを少なくし、暮らしやすいと感じられることでしょう。